五味禪

ハ5
539
3

坐禪儀

夫學般若菩薩先當起大悲心發弘誓願精修三昧誓度衆生不為一身獨求解脫尒乃放捨諸縁休息萬事身心一如動靜無間量其飲食不多不少調其睡眠不節不恣欲坐禪時於閑靜處厚敷坐物寛繋衣帶令威儀齊整然後結跏趺坐先以右足安左䏶上左足安右䏶上或半跏趺坐亦可但以左足壓

21

539
3

右足而已次以右手安左足上左掌安右掌上以兩手大拇指面相拄徐徐舉身前後復左右搖振乃正身端坐不得左傾右側前躬後仰令腰脊頭項骨節相拄狀如浮屠又不得聳身太過令人氣急不安要令耳與肩對鼻與臍對舌拄上腭唇齒相著目須微開免致昏睡若得禪定其力最勝古有習定高僧坐常開目向法雲圓通禪師亦訶人閉目坐禪以謂黑山鬼窟蓋有深旨達者知焉身相既定氣息既調然後寬放臍腹一切善惡都莫思量念起即覺覺之即失久久忘緣自成一片此坐禪之要術也竊謂坐禪乃安樂法門而人多致疾者蓋不善用心故也若善得此意則自然四大輕安精神爽利正念分明法味資神寂然清樂若已有發明者可謂如龍得水似虎靠山若未有發明者亦乃因風

吹火用力不多但辦肯心必一不相賺然而道
高魔盛逆順萬端但能正念現前一切不能
留礙如楞嚴經天台止觀圭峯修證儀具明
魔事預備不虞者不可不知也若欲出定徐
徐動身安詳而起不得卒暴出定之後一切
時中常作方便護持定力如護嬰兒即定力
易成矣夫禪定一門最為急務若不安禪靜
慮到這裏總須茫然所以探珠宜靜浪動水

取應難定水澄清心珠自現故圓覺經云無
礙清淨慧皆依禪定生法華經云在於閑處
修攝其心安住不動如須弥山是知超凡越
聖必假靜緣坐脫立亡須憑定力一生取辦
尚恐蹉跎況乃遷延將何敵業故古人云若
無定力甘伏死門掩目空歸宛然流浪幸諸
禪友三復斯文自利利他同成正覺

入衆日用

出塵離俗圓頂方袍大率經歷叢林切要洞明規矩舉措未諳法度動止不合律儀雖是善友良朋誰肯深錐痛劄積成弊習改革固難致令叢席荒涼轉使人心懈怠屢見尋常目前過患遂集百丈見成指揮原始要終從朝至暮要見頭頭敗闕直須一一遵行然後敢言究己明心了生達死世間法即是出世

聞法行脚人可貽未行脚人辱幾不負出家
身心亦抑同報佛祖恩德謹具于后
入衆之法睡不在人前起不落人後須是五
更鐘未鳴輕輕擡身先起將枕子安脚下來
用摺忍聲驚鄰單抖擻精神將被褁身端坐
不得扇風令人動念覺得困來卻將被推脚
下轉身將手巾下床手巾搭左手想念偈云
從朝寅旦直至暮　一切衆生自回互
若於脚下喪身形　願汝即時生淨土
輕手揭簾出後

架不得拖鞋不得咳嗽作聲古云揭簾須念後手　出堂切忌拖鞋
輕手承桶洗面水不宜多使齒藥乘時右手點
一次揩左邊左手點一次揩右邊不得兩手
再蘸恐有牙宣口氣過人嗽口吐水時須低
頭以手引下不得直腰吐水濺鄰桶不得流
頭有四件自他不利一汚桶二汚手巾是他
人不利三枯髮四損眼是自已不利不得鼻
孔內作聲不得高聲嘔吐古云五更洗面本

為修行噫嚏拖盆喧堂聒衆拭面歸堂若在上間左脚先入若在下間右脚先入歸被位將毦疊收一半坐定若換直裰須將新者先覆身上不得露白不得扇風燒香禮拜宜於鐘未鳴時披袈裟先合掌頂戴念偈云

善哉解脫服　無相福田衣
我今頂戴受　世世常得披

摺袈裟先摺搭手處後解環不得以口啣袈裟不得以頷勾袈裟摺了亦當問訊而去　如堂殿禮拜不得占中央

妨住持人來不得出聲念佛亦不得行人頭邊過須行後面空處五更鐘鳴住持并首座堂不得從前門出入開小靜方摺被摺枕子摺被之法先尋兩角以手理伸向前面先摺一半次摺身前一半不得橫占鄰單處所不得抖擻作聲不得以被扇風或歸衆寮喫湯藥或茶堂經行次第歸鉢位以上肩順轉不得背人（上肩乃左肩也）若從前門從南頰入不得行北頰

并中央盖龕尊住持人也不鳴鐘不得入堂或
令行者取鉢堂外坐或歸衆寮入堂歸鉢位
低躬問訊上中下座若已先坐上中下座來
須合掌古云不敬上中下座婆羅門聚會無
殊聞長板鳴下鉢槿身正起立定然後轉身
亦要順上肩合掌取鉢一手托鉢一手攀鈎左
手提轉身令正蹲身放鉢免將腰背撞人堂
前鐘鳴下床問訊但是近住持人不須將手

左右搖拽下床時須近前問訊莫令袈裟搭
床弦上仍須低細上床不得頓身取鉢安坐
前閑褪襵合掌想偈云 佛生迦毘羅 成道摩竭陀 說法波羅奈 入滅俱絺羅
展鉢之法先合掌想念偈
如來應量器我今得敷展願共一切衆等三
輪空寂然後解複帕展淨巾覆膝帕子摺轉
三角向下莫令出單外先展鉢單仰左手取
鉢安單上以兩手頭指拼取鐼子從小次第

展之不得敲磕作聲仍護第四指第五指爲
觸指不得用鉢拭摺令穴并匙筯袋近身橫
放入則先匙出則先筯手把受爲淨頭向上
肩鉢刷安第五鐼縫中出半寸許盛生飯不
得以匙筯出生飯不過七粒太少爲慳食緣
那念偈時合掌手指不得參差須當胷高低
得所不得以手托口邊古云參差合掌一不當
胷十指交加挿鼻中把履揭簾無款細喧聲

泄氣嗢逹英雄兩手捧鉢受食想偈云若受食時當願衆生
禪悅爲食法喜充滿或多或少即以右手起止之閒遍食
槌看上下肩以面相朝捲食不得正面以手
搖兩邊捲罷作五觀想云
一計工多少量彼來處　二忖己德行全缺應供
三防心離過貪等爲宗　四正似良藥爲療形枯
五爲成道業應受此食　出生偈云
汝等鬼神衆　我今施汝供　此食遍十方　一切鬼神共　喫食之法將食就口不

得將口就食取鉢放鉢并匙筯不得有聲不
得咳嗽不得搐鼻噴嚔若噴嚔當以衣袖掩鼻
不得抓頭恐風屑落隣鉢中不得以手挑牙
不得咂食嚼飯作聲不得鉢中央挑飯不得大
團食不得張口待食不得遺落飯食不得手
把散飯食如有菜滓安鉢後屏處不得以風
扇鄰位如自已怕風即白維那於堂外坐不
得以手枕膝上隨量受食不得請折不得將

頭鉢盛濕食不得將羹汁頭鉢內淘飯不得
挑菜頭鉢內和飯喫食時須看上下不得太
緩未再請不得刷鉢盂不得吮鉢刷作聲食
未至不得生煩惱古云默默四顧起悲嗔念
食吞滓咳嗽瀕漉粥喫羹包滿口開留層鉢
響諸隣洗鉢以頭鉢盛水次第洗鑽子不得
於頭鉢內洗匙筯并鑽子仍屈第四第五指
不得灌漱作聲不得吐水鉢中不得先盛熟

水洗鉢未折水不得先收蓋膝巾不得以膝
巾拭汗不得以餘水灑地上想念折水偈
我此洗鉢水　如天甘露味　施汝諸鬼衆　悉令得飽滿
唵摩休羅細娑訶
收鉢以兩手頭指拼定次第而入複畢合掌
想念食畢偈云　飯食訖已色力充　威震十方三世雄　回因轉果不在念　一切衆生獲神通
寮前板鳴歸寮問訊不歸謂輕悔大衆入門
歸位如僧堂中法　立定候寮主燒香畢問訊

上下若有茶就坐不得斷叔不得聚頭語笑
不得隻手揖人不得包藏茶末古云登床宴
坐不可斷衣隻手揖人是何道理私藏茶末
取笑傍觀時中鄰案道人切忌交頭接耳茶
罷或看經不得長展經謂二面也不得手把
經寮中行不得出聲經帶不得出聲不得背靠
板頭看經古云出聲持誦吵噪稠人不背靠板
頭輕敲大衆預先出寮莫待打坐禪板若抽

脫古例披五條以淨巾搭左手解絛繫竿上
上脫挂子直裰令齊整以手巾繫定仍懸手
巾尺許作記認不得語笑不得在外催促右
手提水入厠換鞋不得參差安淨桶在前蹲
揞三下警散糞鬼蹲身須正不得努氣作聲
不得涕唾不得隔壁共人語話古云戶扃只
合輕彈指人攞那堪乱作聲入廁用籌分觸
淨出時須水忌縱橫不得以水澆兩邊左手

洗淨護六指第二指不得多使籌子古云浴
湯少使籌子休拈有者使了以水洗之安側
邊空處人多妨衆不宜淨桶安舊處以乾手
安內衣入袴口以乾手開門以右手提桶出
不得以濕手拏門扇并門頰上右手挑灰後
挑土一不得以濕手拏灰土不得吐唾和泥土
洗手然後用皂角洗至肘前須一一念入厠
眞言用水盥漱律中小遺亦洗淨仍嚼楊枝

歸堂坐禪次夜未鳴不得先歸寮在齋前一不得
洗衣粥前齋前放參後不得開函櫃如有急
切白主事人寮中白寮主堂中白聖僧侍者
齋罷禮堂内不得聚頭說話不得在僧堂内
看經看冊子不得上下閒行道不得穿堂直
過不得蓆上穿鞋不得床前垂脚坐床前一
尺爲三淨地　一展鉢　二安袈裟
三頭所向　一不得床上行不得跪膝開函櫃

一不得脚踏床緣下地草履五條遊山不得坐
行佛殿法堂古云披衣登殿草履遊山莫遠
法堂回互耆宿不得赤脚着僧鞋不得把手
共行說世諦是非古云別了雙親棄本師訪
尋知識擬何爲不曾說着宗門事白首無成
過在誰不得殿前倚靠欄干不得猖狂急走
古云行須緩步習馬勝之威儀語要低聲學
波離之軌範不得佛殿閑行古云無事不須

登寶殿等閑莫向塔中行不因掃地添香水縱有河沙福也傾齋後漿洗衣服不得衩袒不得傾湯瓶泡衣竹笠斜斗使了安元處洗脚板響不得爭奪脚桶有瘡疥即隨後泡洗或將桶於屏處洗免衆動念莫待打坐堂板逐常歸堂坐禪放參以眠單半展寮前板響即時轉身向外須當及時赴衆小板鳴不得入堂不得於堂外立住持首座出堂開單下床

聞訊歸寮藥石各就案位不得先起盛食不得高聲呼索粥飯鹽醋之類食罷出寮不得出三門不得入小寮不得衩衣歸僧堂并廊下行不得作打板出寮後鐘鳴即合掌念偈去（聞鐘聲煩惱輕智慧長菩提生離地獄出火坑願成佛度衆生）須先歸單位坐禪不得床上抓頭不得床上弄數珠作聲不得與鄰單床上語話鄰單生疏當以善言誘諭不得生嫌惡心未打定鐘不得於前門

出入枕子若響火鈴過時方許開焼香禮拜
須待更深衆人未睡不得先睡衆人未起須
當先起起坐不得驚動鄰單睡須右脇不
得仰卧仰爲屍睡覆爲婬睡多悪夢以被巾
裹袈裟安枕前今人多安脚下於理不便如
遇入浴浴具携右手入下間門間内問訊歸
空處揖左右人畢先以五條挂竿上展浴
複取出浴具放一邊解上衣不可便卸却直

裰先脱下面衣裳以脚巾圍身繋浴裙將裩
袴捲摺安複内次脱直裰五條住一處將手
巾繋於竿上無手巾以條繋古云三通浴鼓
入堂時觸淨須分上下衣却脱其餘衣服住
一複覆轉放不得赤脚趂浴須看複子於下
間空處留水不得右頭首老宿坐處謂上間
也不得以湯水濺人身上不得將桶地上泡脚
不得浴室内小遺并洗僻處不得將脚閣桶

上不得語笑不得槽上揩脚不得㾭水不得
起身撥桶澆身恐水濺左右前後人須當遮
護灑身不得多用浴湯脚巾不得離身有脚
巾不入桶者或有瘡或洗灸瘡或使𤬪藥宜
隨後入浴不得以兩邊公界手巾拭頭面浴
室手巾係着衣後淨手披挂子出浴把左右
先着上分衣并直裰都遮即着下分衣觧浴
裙以脚巾展裙內恐濕浴後手巾攜勢左手不
得以濕脚巾搭手上擲左右出看設浴施主
名字隨意課誦經呪回向寒月向火先坐爐
上然後轉身入爐問訊方坐有處脫鞋在外
不得弄香起火筋不得撥火不得聚頭說話
不得煨點心等物不得炙鞋臭焙脚絣衣裳
等皆不許不得攬起直裰露襠口不得吐唾
并彈垢膩於火爐中
如前所集一日事件衆中威儀非敢聞於老

成聯以誘於初學升堂入室小參諷經念誦
巡寮解結人事裝包頂笠送亡唱衣纎悉條微
細軌則清規既已具載尊宿各有明文不再
備陳徒爲贅語已 已嘉定二年佛生日集于
龜峯首座寮比丘 宗壽謹識

入衆日用

大慧禪寺常住

隨時軒藏